

[Texto Anterior](#) | [Índice](#)

Brasileiro mostra como sono consolida memória

Fase REM comanda a ativação neuronal e genética

GIOVANA GIRARDI

ENVIADA ESPECIAL A ÁGUAS DE LINDÓIA

Que dormir é importante para a consolidação das memórias, os neurocientistas já sabem. Mas como esse processo funciona em detalhes ainda é repleto de incógnitas.

Depois de bater nesta tecla desde 2002, o pesquisador brasileiro Sidarta Ribeiro, diretor-científico do Instituto Internacional de Neurociência de Natal, tem um forte candidato a protagonista do processo.

As memórias têm um comportamento meio cigano, como diz Ribeiro. A porta de entrada no cérebro é a região do hipocampo, onde elas ficam por um curto prazo. Mas o arquivamento definitivo é no córtex.

"Pegamos o processo à unha. Pela primeira vez encontramos evidências, tanto eletrofisiológicas [a conversa entre os neurônios], quanto moleculares [ativação gênica], que mostram que o sono é um bom candidato", diz Ribeiro à **Folha**.

O neurocientista apresentou alguns dos seus resultados anteontem na reunião anual da Fesbe (Federação de Sociedades de Biologia Experimental). O estudo completo estará na revista "Frontiers in Neuroscience" em outubro. Analisando 28 ciclos de sono de camundongos, ele observou no hipocampo e no córtex a ação dos neurônios e a expressão dos genes Arc e Zif-268, já conhecidos por sua ligação com a fixação das memórias.

Ele concluiu que o processo ocorre em dois momentos complementares: no sono de ondas lentas e no REM (sigla em inglês para movimento rápido dos olhos -exatamente quando sonhamos).

No primeiro ocorre o que Ribeiro chama de reverberação das memórias (ativação da rede neuronal que representa uma memória, para que depois possa ocorrer a consolidação)

"Quando começa o sono REM, é como se um comandante dissesse àqueles neurônios: agora vocês todos podem ativar os genes e consolidar as memórias. É como se eles estivessem escrevendo em pedra aquilo que foi reverberado". Pela proposta do grupo, enquanto o sono de ondas lentas traz

a memória para o registro, o REM bate o martelo.

A repórter se hospedou em Águas de Lindóia a convite da Fesbe

Texto Anterior: [Astrônomos detectam grande "rombo" no](#)

[cosmo](#)

[Índice](#)